

Demain, tous centenaires !

Les centenaires sont de plus en plus nombreux en France. Ils étaient 100 en 1900. Ils sont 20.000 aujourd'hui. Ils seront 60.000 en 2050. Parmi les enfants nés aujourd'hui, un sur deux deviendra centenaire.

On vit de plus en plus longtemps. En France, en 1900, un homme mourait à 43 ans, et une femme à 46 ans. Aujourd'hui, un homme vit jusqu'à 77 ans, et une femme jusqu'à 84 ans. Victimes de l'alcool et des cigarettes, les hommes partent les premiers. Les femmes sont plus solides parce qu'elles ont des vies plus saines. Résultat : 4 centenaires sur 5 sont des femmes.

Dans le monde, seules les Japonaises vivent plus longtemps que les Françaises. Les Espagnoles, les Suisses et les Canadiennes vivent aussi longtemps. Les Anglaises et les Américaines ont moins de chance. Une Française vit 3 ans de plus qu'une Anglaise et 5 ans de plus qu'une Américaine.

La population française vieillit. Le nombre de jeunes de moins de 20 ans ne diminue pas mais les personnes âgées sont de plus en plus nombreuses. 8 % des Français ont plus de 75 ans. Les plus de 75 ans sont 5 millions aujourd'hui. Ils seront 11 millions en 2050. En France, une dizaine de personnes ont plus de 110 ans. En 1997, Jeanne Calment est morte à l'âge de 122 ans. Elle était la doyenne de l'humanité. Encore aujourd'hui, personne n'a battu son record. Elle a fait de la bicyclette jusqu'à l'âge de 100 ans.

Quand on prend de l'âge, on marche moins vite, on voit moins bien, on entend moins bien et on a parfois la mémoire qui flanche. Mais on vieillit de mieux en mieux. La majorité des plus de 70 sont en bonne santé. Pour vivre longtemps et en bonne santé, il faut une bonne hygiène de vie : ne pas fumer, ne pas boire d'alcool, manger équilibré, faire du sport. Et aussi, il faut aimer la vie : rire et être positif. Les centenaires sont gais et optimistes. Les grincheux et les pessimistes ne font pas de vieux os.

solutions

exercice 1 | 1. faux - 2. faux - 3. vrai - 4. faux - 5. faux

exercice 2 | 1. 20.000 - 2. 77 ans - 3. 84 ans - 4. 5 millions - 5. 122 ans

exercice 3 | 1.b - 2.b - 3.b

exercice 4 | 1.b - 2.a - 3.e - 4.c - 5.d

